

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 11.10.24

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,1
Стоимость рациона	91,33	524,4	13,7	28,5	53,6	5,3
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172,0	10,1	4,3	23,1	2,3
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
Вермишель отварная	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	21	44,1	1,5	0,3	9,0	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	109,60	882,1	43,9	27,2	108,3	10,8

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 11.10.24



Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4,0	0,2	0,0	0,7	0,07
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,3
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	91,33	453,0	14,0	12,8	70,8	7,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172,0	10,1	4,3	23,1	2,3
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
Вермишель отварная	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,1
Стоимость рациона	109,60	871,5	44,9	27,5	103,9	10,3
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пицца " Школьная"	100	274,0	13,5	10,4	31,5	3,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Стоимость рациона	42,25	386,0	13,5	10,4	59,5	5,9

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 11.10.2024

Согласовано
Директор школы 34



(Зими́на, Па́трушева)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Салат из свеклы с яблоками	100	87	1,1	6,0	7,1	0,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	85	12	0,6	0,1	2,1	0,2
Яблоко	1шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	100	2,0	1,0	22,0	1,8
Стоимость рациона	91,33	388	4,4	7,7	76,4	6,4

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Обед 1-4 кл Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	1,7
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Стоимость рациона	109,60	490	3,9	15,9	83,2	6,9

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Полдник						
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Яблоко	1шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
Стоимость рациона	42,25	154	0,7	0,6	36,6	3,1

Инженер-технолог
Егорова Т.А.

Калькулятор
Филиппова У.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

Меню учителя на 11 ОКТЯБРЯ 24г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	14,63	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	34,04	260	172,0	10,1	4,3	23,1	2,3
<i>Вторые блюда</i>							
Бифштекс домашний	48,56	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Плов из говядины	63,73	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,7
Филе куриное панированное	50,39	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	26,51	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,4
Вермишель отварная	12,08	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	10,88	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Чай без сахара	0,67	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,01
Чай с лимоном	3,49	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказенном	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
Малышева Г.А.

] Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.